யோகாரூடன்

[ஆன்மாவில் நிலைப்பெற்றவன்]



சுவாமி பிரபஞ்சநாதன்

நூல் விளக்கம்

நூலின் பெயர்	:	யோகாரூடன்
ஆசிரியர்	:	சுவாமி பிரபஞ்சநாதன்
மொழி	:	தமிழ்
வகை	:	உபதேசம்
முதற்பதிப்பு	:	2023
நூலின் அளவு	:	டெம்மி
பக்கங்கள்	:	18
தாள்	:	A4 [8.03” X 11.07”]
எழுத்து அளவு	:	12 புள்ளிகள்
உரிமை	:	அனைவருக்கும்
கட்டமைப்பு	:	சாதா பைண்டு அட்டை
கணினி அச்சு	:	ஓம் கிராபிக்ஸ்
நன்கொடை	:	அகவிழிப்பு

யோகாரூடன்

ஆன்மீகம் என்றாலே, அது ஆன்மாவை அறிவதற்கான ஓர் அற்புதத்தளம் என்பதினால், அதன் வாயிலாகக் கொடுக்கப்பட்ட வழிமுறைகளான **சரியை, கிரியை, யோகம்** மற்றும் **ஞானம்** என்ற படித்தளங்களில் படிப்படியாகப் பயின்று மேலே வருவதற்கான ஒரு முயற்சியை மேற்கொள்வதே இங்கு ஆன்மீகம் எனப்படுகின்றது.

அதைவிடுத்து, வெறும் ஆலய வழிபாடுகள் அல்லது பூசை, புனஸ்காரங்கள் மட்டுமே ஆன்மீகம் என்பதாக அறிந்து வைத்துக்கொண்டு, அதிலே மனம் போன போக்கிலே போய்க் கொண்டிருப்பது, அறியாமையின் உச்சம் என்றுதான் அறியப்பட வேண்டும்.

சரியை நிலை நான்கும் ஒரு கிரியை நிலை நான்கும்
தனியோக நிலை நான்கும் தனித்தனி கண்டறிந்தேன்

உரிய சிவ ஞானநிலை நான்கும் அருள் ஒளியால்
ஒன்றொன்றா அறிந்தேன் மேல்உண்மை நிலை பெற்றேன்

அரிய சிவ சித்தாந்த வேதாந்த முதலாம்
ஆறந்த நிலை அறிந்தேன் அப்பால் நின்றோங்கும்

பெரிய சிவ அனுபவத்தால் சமரச சன்மார்க்கம்
பெற்றேன் இங்கிறவாமை உற்றேன் காண் தோழி.!

என்னும் பாடலை தன் அருள் அனுபவத்தால் கண்டு, அனுபவித்து “**அனுபவமாலை**” என்னும் தலைப்பில் வள்ளல் பெருமான் பதிவு செய்கிறார்.

சரியை கிரியை யோகம் ஞானம் எனும் வரிசையில் ஒவ்வொன்றிலும் நான்கு விதமான படிநிலைகள் உள்ளன.

சரியையில் சரியை
சரியையில் கிரியை
சரியையில் யோகம்
சரியையில் ஞானம்

கிரியையில் சரியை
கிரியையில் கிரியை
கிரியையில் யோகம்
கிரியையில் ஞானம்.

யோகத்தில் சரியை
யோகத்தில் கிரியை
யோகத்தில் யோகம்
யோகத்தில் ஞானம்

ஞானத்தில் சரியை
ஞானத்தில் கிரியை
ஞானத்தில் யோகம்
ஞானத்தில் ஞானம் என்னும் 16 படிகள் உள்ளன.

ஆணவம், கன்மம், மாயை என்ற மூன்று மலங்களால் (பாசங்கள்) ஆட்கொள்ளபட்ட சீவர்கள் அம்மலங்களின் சார்பால் பல பிறப்புகளைப் பெறுகின்றன. அவ்வாறு அடைகின்ற பிறப்புகள் தோறும் தத்தமது வினைகளுக்கு ஏற்ப (ஊழ்) நுகர்ச்சிப் பொருள்களைப் பெறுகின்றன.

அத்தகைய நுகர்ச்சிப் பொருள்களை அனுபவிக்கின்ற பொழுது, அவைகளினால் இன்ப துன்பங்களை அடைகின்றன. அத்தகைய இன்ப துன்பங்களை அனுபவிக்கின்ற பொழுது, அதன் வாயிலாக வருகின்ற அனுபவங்களைக் கொண்டு, அவைகள் இறையருளைச் சார்கின்றன என்கின்றனர் மேலோர்.

அவ்வாறு இறையருளைப் பெற ஒரு சீவன் முயலுகின்ற பொழுது, அந்த சீவனின் உயர் அறிவுப் பரிமாணத்தின் படி நிலைகளுக்கு ஏற்ப, அது மனிதப் பிறவியில் மட்டுமே சாத்தியம் ஆவதினால், அந்த முயற்சிகளைத்தான் நம் முன்னோர்கள் “**சமயநெறி**” என்பதாக பலரது மன நிலைக்கு ஏற்றவாறு படிப்படியாக வகுத்துக் கொடுத்தனர்.

இத்தகைய சமய நெறிகளைச் சைவ சித்தாந்த நூல்களும், திருமுறைகளும் நான்காகப் பகுத்துக் கொடுத்துள்ளன.

சன்மார்க்கம் சகமார்க்கம் சற்புத்திர மார்க்கம்
தாதமார்க்கம் மென்றுஞ்சங் கரனை யடையும்
நன்மார்க்கம் நாலவைதாம் ஞான யோகம்
நற்கிரியா சரியையென நவிற்றுவதும் செய்வர்

- (சுப. 270)

என்பது **சிவஞான சித்தியார்** பாடலாகும்.

இப்பாடலின் பொருள் இறைவனை வழிபடுகிறவர்கள் அவனது திருவருளைப் பெற வேண்டுமானால், இதுப்போன்ற நால்வகை நெறிமுறைகளைப் படிப்படியாகப் பயில வேண்டும் என்பதாக உள்ளது.

தாதமார்க்கம் (தாச மார்க்கம்), சற்புத்திர மார்க்கம், சகமார்க்கம், சன்மார்க்கம் என்பன இறைவனை அடையும் நன்மார்க்கங்கள் ஆகும்.

அவைகள்தான் **சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம்** என்ற பெயரால் அழைப்படுகின்றது. எனவே மார்க்கம் என்ற சொல் நெறி அல்லது வழி என்ற பொருளைக்கொண்டு சமய நெறிகள் இந்த நான்கைக் குறிப்பிடுகின்றது எனலாம்.

இத்தகைய நால்வகை நெறிகளும் மக்கள் பின்பற்றக்கூடிய எளிய நெறிமுறைகளே ஆகும். இந்த நெறிமுறைகளைப் பின்பற்றினால் அடையும் பயன்கள் சாஸ்திர நூல்களிலும், ஸ்தோத்திர நூல்களிலும் கூறப்பட்டுள்ளன.

அப்பயன்களும் நான்காகக் கூறப்படுகின்றன. **தாதமார்க்கத்தின்** வழி நின்றால், இறைவனுடைய உலகத்தைச் (சாலோகம்) சென்றடையலாம். **சற்புத்திர மார்க்க நெறி** நின்றால், இறைவனுக்கு அருகில் செல்லும் அருளைப் பெறலாம். இது **சாமீபம்** ஆகும்.

சகமார்க்கத்தின் நெறி நின்றால், இறைவனின் உருவ அடையாளங்களைப் பெறலாம். இது **சாரூபம்** எனப்படும்.

இறுதியான **சன்மார்க்க** வழி நின்றால், இறைவனின் திருவருளை முழுமையாகப் பெறலாம். இதனைச் **சாயுச்சியம்** என்பர்.

வடமொழியில் இந்த **சாயுச்சியம்** என்பது **பரமுத்தி** என்றும், மற்ற மூன்றும் **அபரமுத்தி** என்றும் கூறப்படும். இவற்றின் விரிவைச் சாஸ்திரங்களும், ஸ்தோத்திரங்களும் தெள்ளத் தெளிவாக விளக்குகின்றன.

அதிலே, அறியாமை சீவர்கள் ஆணவம், கன்மம் போன்ற மலங்களை அறுத்து, **அபரமுத்தி** என்கின்ற அத்தகைய அடிப்படைப் பாடங்களின் படி நிலைகளில் இருந்து, படிப்படியாக மேலே உயர்ந்து **பரமுத்தி** என்கின்ற, நம் நம் சனாதன தர்மத்தின் வழி வந்து, அதில் கூறப்பட்டுள்ள **அறம், பொருள், இன்பம், வீடுபேறு** என்பதில், அதன் இறுதி நிலையான **வீடுபேறு** என்கின்ற **முக்தி** அல்லது **மோக்ஷம்** அடைவதற்கான அவசியத்தை அறிவதே ஆன்மீகத்தின் மிக உயரிய நிலையாகும்.

ஆகவே, ஆன்மீகத்தின் அவசியம் என்பது, அறிவுப் பரிமாணத்தின் படி நிலைகளிலே, படிப்படியாக ஒரு அறிவு தாவரத்தில் தொடங்கி, மனிதன் என்ற மகத்தான மனம் படைத்த ஆறாம் அறிவு பரிமாணத்தில், அந்த மனதை பக்குவப்படுத்தி, தூய மனமாக மாற்றும்போது, மனிதன் புனிதனாக மாறுகின்றான்.

நெஞ்சகமே கோயில்
நினைவே சுகந்தம்
அன்பே மஞ்சன நீர்
பூசை கொள்ள வாராய் பராபரமே

- தாயுமான சுவாமிகள்.

இவ்வாறு, மகான்கள் கூறுகின்ற மகத்தான இரகசியம் என்னவெனில், மனிதனிடம் உள்ள அந்த உயரிய அறிவான ஆறாம் அறிவாகிய "**மனம்**" மட்டும்தான் அந்த மகத்தான இறைவனை அறிந்துக் கொண்டு, அதனுடன் இரண்டறக் கலந்துவிட முடியும். அதுவே, '**யோகம்**' என்று கூறப்படுகின்றது.

அத்தகைய யோகம் என்பதுப்பற்றி பகவான் ஸ்ரீகிருஷ்ணர் கீதையில் பதினெட்டு அத்தியாயங்களாகக் கூறும்போது, அதிலே "**யோகாரூடன்**" என்ற ஒரு வார்த்தையைக் கையாளுகின்றார்.

அந்த **யோகாரூடன்** என்பதில், **யோகம்** என்றால் **இணைதல்** என்றும், **ஆரூடன்** என்றால் தானே பரப்பிரம்மம் என்பதை உணர்ந்து, தன் முன் காணப்படுகின்ற இந்த முழு பிரபஞ்சமும் (மாயா அல்லது ஈஸ்வரன்) தன்னிலிருந்து தோன்றியது என்பதில் அசைக்க முடியாத உறுதி நிலைக் கொண்டவன் என்று பொருள்.

அப்படிப்பட்ட உறுதி நிலையைக் கொள்வதற்கு சாதகன் சாதிக்க வேண்டியப் படி நிலைகள் பலவாறாக இருந்தாலும், அதிலே அறிவுப் பரிமாணத்தின் படி நிலைகளில் உயர்ந்து வந்த மனிதனுக்கு மட்டும்தான் '**கல்வி**' என்ற ஒன்றே தேவைப்படுகின்றது.

அத்தகைய கல்வி என்பதின் முக்கியத்தைத் தமது திருக்குறளில் திருவள்ளுவப் பெருந்தகை கூறியதாவது.

ஒருமைக்கண் தான்கற்ற கல்வி ஒருவற்கு
எழுமையும் ஏமாப் புடைத்து. - திருக்குறள்

அதாவது, ஒரு பிறப்பில் தான் கற்றக் கல்வியானது அப்பிறப்பிற்கு மட்டுமல்லாமல் அவனுக்கு ஏழு பிறப்பிறப்பிலும் உதவும் தன்மை உடையது என்கிறார்.

அதெப்படி, இந்தப்பிறவியில் நாம் படித்த கல்வி, நமது ஏழேழுப் பிறவிக்கும் பயன் கொடுப்பதாக அமையும் என்ற சந்தேகம் அனைவருக்கும் வரலாம். அல்லது வரவேண்டும்.

இங்கு நாம் நன்கு புரிந்துக்கொள்ள வேண்டிய மிக முக்கியமான விசயம் என்னவெனில், அரிதாகக் கிடைத்த இந்த மனிதப் பிறவியின் வாயிலாக, இதுப்போன்ற **மெய்யியல்** கல்வியில் கற்க வேண்டியவற்றைக் கற்று, அந்த மெய்ப்பொருளை உணர்ந்துக் கொண்டவர்கள், மீண்டும் பிறவிக்கு வாராத வழியை அடைவர் என்பதேயாகும்.

அந்தவகையிலே, ஏழு பிறவிகளாகிய **தாவரங்கள், நீர் வாழ்வன, ஊர்வன, பறவைகள், விலங்குகள், மனிதர்கள்** மற்றும் **தேவர்கள்** என்ற இதில் எந்தப் பிறவியும் இனி தேவைப்படாது என்பதாகப் புரிந்துக்கொள்ள வேண்டும்.

அதைவிடுத்து, ஒரு பிறவியில் படித்தால் போதும், அது அடுத்தப் பல பிறவிகளுக்கு பயன்படும் என்றால், இனி வருகின்ற எல்லாப் பிறவிகளிலும் படிக்க வேண்டியதில்லையே என்பதாக ஆகிவிடும்.

அது நடைமுறையில் சாத்தியமாகுமா?

யோசித்துப் பாருங்கள்!

ஒருவன் போன பிறவியில் பள்ளிக் கூடங்களில் படித்துவிட்டு பட்டம் வாங்கி இறந்து விட்டான் என்றால், அவன் அடுத்த பிறவிக்கு வந்தவுடன், அந்த பாடங்கள் எல்லாம் அவனது நினைவுக்கு வந்துவிடுமா?

கல்வி ஒருவனது மனதுடன் தொடரும் என்றால், அது '**கல்வி**' என்னும் அதிகாரத்திற்கே முரண்பாடாகும் என்பதினால், வள்ளுவப் பெருந்தகை அதை இவ்வாறு கூற முடியுமா?

ஆகவே, திருவள்ளுவப் பெருந்தகை மற்றொரு குறளில் பின்வருமாறு கூறுகிறார்.

கற்றீண்டு மெய்ப்பொருள் கண்டார் தலைப்படுவர்
மற்றீண்டு வாரா நெறி - திருக்குறள் 356

ஆக, கற்க வேண்டியவற்றைக் கற்று, மெய்ப்பொருளை உணர்ந்தவர்கள், இனி பிறப்பிற்கு வாராத வழியை அடைவார்கள் என்பதே இதன் பொருளாகும்.

அப்படி கல்வியின் சிறப்பு இவ்வாறு இருக்க, **நாம் எதைக் கற்க வேண்டும்? எப்படிக் கற்க வேண்டும்?** என்பதில் நம்மிடம்தான் புரிதல் இருக்க வேண்டும்.

பொதுவாக, கல்வியின் பயன் என்பது, அதன் வாயிலாக கற்றவனின் மனதை தூய்மை உடையதாக மாற்ற வேண்டும்.

இதை நன்கு உணர்ந்துக்கொண்ட **மகான்கள், ஞானிகள்** நமக்கு அதை பலவாறாக எடுத்துக் கூறுகின்றனர்.

அந்த வகையிலே, மகாகவி சுப்பிரமணியபாரதி தன்னுடைய "**மஹாசக்திக்கு விண்ணப்பம்**" என்ற பாடல்களில் பின்வறுமாறு பாடுகின்றார்.

மோகத்தைக் கொன்றுவிடு - அல்லா லென்தன்
மூச்சை நிறுத்திவிடு;

தேகத்தைச் சாய்த்துவிடு - அல்லா லதில்
சிந்தனை மாய்த்துவிடு;

சிந்தை தெளிவாக்கு - அல்லால்
இதைச் செத்த உடலாக்கு;

பந்தத்தை நீக்கிவிடு - அல்லால்
உயிர் பாரத்தை போக்கிவிடு;

யோகத் திருத்திவிடு - அல்லா லென்தன்
ஊனைச் சிதைத்துவிடு;

- சுப்பிரமணிய பாரதியார்.

இவைகள் எல்லாம் அந்த பராசக்தியிடம் **பாரதியின் கோரிக்கை** எனலாம்.

அவரது கவிதை உடல் சார்ந்து இருந்தாலும், மனம் சார்ந்த குழப்பங்களுக்கும் பொருந்தத்தான் உள்ளது. சிந்தை தெளிவாக்கு என்னும் இரட்டைப்பதத்துக்குள் எத்தனை வீரியம் உள்ளது என்பதை அவரது கவிதைகள் காட்டுகின்றது.

சிந்தை தெளிவில்லாமல் எதுவும் சிறப்பாக அமையாது. பொதுவாக, மனித வாழ்வின் ஆனந்தம் என்பது அவனது **சிந்தனை, சொல்** மற்றும் **செயல்** ஆகிய மூன்றிலும் முரண்படாமல் வாழ்வதாகும்.

இதிலே, ஒன்று சரியாக இல்லாவிட்டாலும் மற்றவைகள் இரண்டும் சரியாக வராது. அதேசமயம், இவைகளில் ஒன்றுக்கொன்று மாறுபடாமல் ஒருங்கிணைந்து வாழ்வது என்பது, மனத்தூய்மையினால் மட்டுமே சாத்தியமாகும் என்கின்றனர் மேலோர்.

அந்தவகையிலே, பகவான் ஸ்ரீகிருஷ்ணர், கூறும்போது, யோகத்தில் மேல்நிலை அடைந்துவிட்டவனை “**யோகாரூடன்**” எனும்போது, அவன் எப்படி இருப்பான் என்று எல்லோருக்கும் எடுத்துக் கூறுகின்றார்.

யதாஹி நேந்த்ரியார்த்தேஷு ந கர்மஸ்வநுஷஜ்ஜதே
ஸர்வஸங்கல்பஸந்ந்யாஸீ யோகாரூடஸ்ததோச்யதே

- ஸ்ரீமத்பகவத்கீதை (அத்தியாம் 6 ஸ்லோகம் 4).

எப்பொழுது ஒருவன் ஸ்பரிசம், சப்தம், ரூபம் போன்ற புலனின்பப் பொருட்களில் மனம் ஈர்க்கப்படாமலும், செய்யும் செயல்களிலும் பற்றுக் கொள்ளாமலும், அனைத்து சங்கல்பங்களையும் துறந்தவனாக, ஏற்றி வைத்துக்கொண்ட எல்லா எண்ணங்களையும் விட்டொழிக்கின்றானோ, அவனே யோகத்தில் உயர்நிலை அடைந்தவன் என்றும், அவனே "**யோகாரூடன்**" என்றும் கூறுகிறார்.

பொதுவாக, பரம்பொருள் மனம் மற்றும் மொழிக்கு எட்டாதது என்பதினால், அது பிரபஞ்ச வடிவம் எடுக்கும்போது, அதை '**ஸத் சித் ஆனந்தம்**' என்று அழைக்கலாம். சொல்லற்கரிய ஒரு பொருளைப் பற்றி சொல்லவேண்டிய நிலை உண்டாகும்போது, அதைப்பற்றி விளக்க வேண்டிய ஒரு வார்த்தை எதுவெனில், அது "**ஸச்சிதானந்தம்**" என்ற ஒன்றே ஆகும்.

இதிலே, '**ஸத்**' என்றால், **உள்ளது** என்று பொருள். அதாவது, **ஸத்தியம்** அல்லது **உண்மை** அவனிடத்தில் உள்ளது. ஆக, **காலத்தால், இடத்தால், செயலால்** மாறுபடாதிருப்பது ஒன்றே '**ஸத்**' எனப்படுகின்றது. கால, தேச, வர்த்தமானத்தைக் கடந்திருப்பது பரம்பொருள்.

அதே ஸத்பொருள் காலத்தினாலும், இடத்தினாலும், செயலினாலும் தன்னை விளக்கிக் கொண்டிருக்குமானால், அது எண்ணிறந்த சீவர்களைக் கொண்ட இந்த பிரபஞ்சமாகக் காட்சி கொடுக்கின்றது.

அவ்வாறு, சீவர்களாக தோற்றத்திற்கு வருகின்ற பொழுது, அவைகள் வாயிலாக செயல்கள் நடைப்பெறுகின்றன. அதாவது, சூரியனிடம் எப்படி வெப்பமும், வெளிச்சமும் உள்ளதோ? அதுப்போன்று, சீவர்களிடம் செயல்கள் உள்ளது.

அதிலே, செயல் செய்வதை **கர்மம்** என்று கூறுவதினால், அத்தகைய கர்ம காரியங்களை ஆற்றும் சீவன் அந்த கர்மங்களுக்கு காரணமாக இருப்பது எது என்றால், அது **சங்கற்பம்** எனப்படுகின்றது. அதாவது, எல்லாக் கர்மங்களும் சங்கற்பத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டுள்ளது.

ஆக, மனிதன் உண்ண, உறங்க, எழுந்திருக்க, நடமாட என எல்லாவற்றிலுமே சங்கற்பங்களைக் கொண்டுள்ளான். அந்த சங்கற்பங்களினால்தான் அவன் கர்மங்களை செய்கின்றான். எனவே, இந்த சிருஷ்டி முழுவதும் சங்கற்பத்தினால் வந்தது.

ஆகவே, நேரடியாகவோ, மறைமுகமாகவோ எல்லா சங்கற்பங்களும் முடிவில் ஒரு சங்கற்பமாய் வடிவெடுக்கின்றது. அது, ஒவ்வொரு சீவனும் தன் வாழ்க்கையை வாழ விரும்புகின்ற சங்கற்பம் என்று ஆகின்றது. அதாவது, சீவர்கள் எந்த செயல்களை செய்துக் கொண்டிருந்தாலும், அதன் மூலம் அவைகள் தன்னை நிலை நிறுத்திக் கொண்டு, நிலையாக வாழ மட்டுமே விரும்புகின்றன.

அந்த நிலைத்திருத்தல் என்பது, தங்களது யதார்த்த சொரூபமாகிய “**ஸத்**” சொரூபத்தை நிலை நாட்டவே ஆகும். சீவர்களின் அனைத்து நடவடிக்கைகளையும் ஆராய்ந்து பார்த்தால் இந்த உண்மை விளங்கும்.

ஆக, சீவர்கள் செயல் செய்வது என்பது, தன்னை நிலை நிறுத்திக் கொள்வதற்காக மட்டுமே எனும்போது, அவைகளிடத்திலுள்ள **உணர்ச்சி** என்பதும், அவைகளுக்கு வேறாக இல்லை. அதுவும் அவைகளிடம் இருந்து பிரிக்க முடியாத ஒன்றாகவே உள்ளது.

அத்தகைய உணர்ச்சி பலவிதமான வடிவம் எடுக்கின்றது. அவைகளைத்தான் **விருப்பு - வெறுப்பு, நட்பு - பகை, அமைதி - கோபம்** என பலவாறாக வெளிப்படுகின்றது. இதிலே விருப்பு, நட்பு, அமைதி போன்றவைகள் உடன்பாடான உணர்ச்சிகள். அதுவே, வெறுப்பு, பகை, கோபம் போன்றவைகள் எதிர்மறையான உணர்ச்சிகள் எனலாம்.

இதிலே, உடன்பாடான உணர்ச்சிகள் அவைகளின் வளர்ச்சிக்கு துணை நிற்கின்றன. எதிர்மறையான உணர்ச்சிகள் அவைகளின் வளர்ச்சியை தடை செய்கின்றன.

இதிலே, **பக்தி** அல்லது **அன்பு** என்ற ஒரு உணர்ச்சி ஒருவனிடம் ஊற்றெடுக்கும் போது மட்டும்தான் அவன் ஆன்மீகத்தின் உச்ச நிலையை எட்டுகின்றான். எவ்வாறு ஒரு இரும்பு ஊசியானது, காந்தத்திடம் சென்று ஒட்டிக் கொள்ள அந்த காந்தத்தினால் ஈர்க்கப்படுகின்றதோ, அவ்வாறு, **அன்பு** என்னும் உணர்ச்சியினால் உந்தப்பட்ட சீவன், அறிவு என்ற ஆன்மாவினால் ஈர்க்கப்படுகின்றான்.

அத்துடன், அந்த இரும்பு ஊசியானது, காந்தக் கல்லினால் ஈர்க்கப்பட்டு, அதிலே சென்று ஒட்டிக் கொள்ளும்போது, அந்த ஊசியும் மற்றவைகளை கவருகின்ற காந்தமாக மாறிவிடுகின்றது. அதுப்போல, அன்பு உணர்ச்சியினால் ஈர்க்கப்பட்டு, அந்த பரம் பொருளாகிய ஆத்மாவுடன் இந்த சீவன் இணையும்போது, அதுவும், ஆன்மாவாகவே (அறிவாகவே) ஆகிவிடுகின்றது.

அத்தகைய “**இருக்கிறேன்**” என்ற “**ஸத்**” தன்மை, ‘**சித்**’ (அறிவு - உணர்வு) என்ற சேதனப் பொருளாக சீவனிடத்தில் பிரகாசிப்பதினால்தான், அதற்கு **உணர்ச்சி** என்ற ஒன்றே உண்டாகின்றது.

அந்த **உணர்ச்சி** என்ற ‘**உணர்வு**’ முதன் முதலில் கல், மண் போன்ற சடப் பொருட்களுக்கு அப்பாற்பட்டு, சற்று மேம்பட்ட நிலைக்கு வந்த உயிர் பொருளாகிய தாவரங்களில் தொடங்கி, புழு, பூச்சிகள், ஊர்வன, பறப்பன, மிருகங்கள் என எல்லா அறிவுப் பரிமாணங்களில் படிப்படியாக முன்னேறி, இறுதியாக மனிதன் என வரும்போது மட்டும்தான் அது “**மனம்**” என்பதாக மாறி தெள்ளத் தெளிவாக பிரகாசிக்க ஆரம்பிக்கிறது.

ஆனால், மனிதன் அதன் தூய்மைத் தன்மையை உணராமல், புறத்திலிருந்து ஏற்றி வைத்துக் கொண்ட ஏராளமான எண்ணங்களினால், அந்த மனதினை உடலின் வாயிலாகக் கிடைத்த அறிவுக் கருவிகளாகிய **மெய், வாய், கண்கள், மூக்கு** மற்றும் **காதுகள்** மூலமாக, **தொடுணர்ச்சி, சுவை, நிறம், மணம்** மற்றும் ஒலி என்பதாக எல்லாவற்றையும் உள்வாங்கிக் கொண்டு, காற்றினால் அலைக்கழிக்கப்படும் சிறகு போன்று, இங்கும் அங்கும் அலைபாயும் மனதாக மாற்றிக் கொண்டான்.

பொதுவாக, உணர்வுக்கும், அறிவுக்கும் நெருங்கிய தொடர்பு உண்டு.

எவ்வாறு, ஒரு திட நிலையிலுள்ள இரும்பை '**நெருப்பு**' என்ற ஒன்றைக் கொண்டு திரவமாக உருக்கும்போது, அந்த நிலையிலே, அது வெப்பத்தையும், வெளிச்சத்தையும் உமிழ்கின்றது.

அதுப்போல, ஏராளமான எண்ணங்களால் சூழப்பட்ட மனம், '**பக்தி**' என்ற ஒன்றைக் கொண்டு, உருக்கும்போது, அந்த நிலையிலே, அது அன்பையும், ஆனந்தத்தையும் உணர்ச்சிகளாக உமிழ்கின்றது.

பொதுவாக, உருக்கப்பட்ட இரும்பு, வெப்பத்தையும், வெளிச்சத்தையும் எவ்வளவு நேரம் பிடித்து வைத்துக் கொண்டிருக்கும் என்றால், அந்த '**நெருப்பு**' இருக்கும் வரைதான்.

அதுப்போல, அந்த இளகிய (உருகிய) தூய்மையான மனதிலே, அந்த அன்பையும், ஆனந்தத்தையும் தக்க வைத்துக் கொள்ள வேண்டுமானால், அந்த '**பக்தி**' இருக்கும் வரைதான்.

அந்த வகையிலே, **பக்தி** என்பது அந்த ஆன்மாவை (அறிவை) உணர்வதற்கான முதல் படி என்றாலும், அன்பையும், ஆனந்தத்தையும் உணர்ச்சிகளாகக் கொண்ட மனம் அதன் அடுத்த படி நிலையாகிய '***சித்***' என்ற அறிவை அனுபவமாக்க வேண்டுமானால், அந்த அறிவை காட்டிக் கொடுக்கும் மெய்ஞ்ஞானப் பாடங்களைப் பயில்வதினால் மட்டுமே அது சாத்தியமாகின்றது.

அறிவு, ஞானம், சேதனம், உணர்வு (பிரஞ்ஞை) என்ற இவைகள் யாவும் ஒரே பொருளை குறிக்கும் பல சொற்கள் எனலாம். அதிலே, அந்த அறிவை அறிவதற்கான வழிமுறைகளை அறிந்து, தெளியும்போது, அது **ஞானம்** எனப்படுகின்றது.

அதாவது, ஒரு தீப ஒளிச்சுடர் நன்றாக பிரகாசிக்க வேண்டுமானால், அந்த தீபம் காற்றினால் அணைந்துவிடக் கூடாது என்பதற்காக, தீப ஒளியை வெளிப்படுத்தக்கூடிய அதைச் சுற்றி பாதுகாப்பாக வைக்கப்பட்ட கண்ணாடிக் குமிழ் புகை படிந்து அழுக்கு பிடித்துக் காணப்பட்டால், அந்த தீபச்சுடர் பிரகாசமான வெளிச்சத்தை கொடுக்க முடியாது. அதனால், அங்குள்ள இருளை முழுமையாக நீக்க முடியாது.

அதுப்போல, ஆன்மாவின் அறிவு ஒளி பிரகாசமாக வெளிப்பட வேண்டுமானால், அந்த ஆன்மாவை (அறிவை) வெளிப்படுத்தக்கூடிய மனம், புத்தி போன்றவைகள் அழுக்குப் படிந்துக் காணப்பட்டால், அந்த அறிவு ஒளியை முழுமையாக அனுபவமாக்க முடியாது. அதன்காரணமாக, அறியாமை என்ற இருளை முழுமையாக நீக்க முடியாது.

ஆகவே, அதீத புலன் இன்பங்களால் ஆளப்பட்டு, பல்வேறு ஆசைகளை எண்ணங்களாக ஏற்றி வைத்துக்கொண்ட மனம் **அது வேண்டும், இது வேண்டும்** என்ற காமியக் கர்மாவாக மாறிவிடுமானால், அது அந்த ஆன்மாவை அறியத் தடையாக மாறிவிடுகின்றது.

அதன் வாயிலாக, சாதாரண பக்தி என்பது **அனன்ய பக்தியாக** மலருவது நின்று விடுகின்து.

இதனால்தான் இன்றைய பெரும்பாலான மனிதர்கள் இறைவனிடம் அதுவேண்டும், இதுவேண்டும் என்று, கேட்டதைக் கொடுக்கும் ஒரு கருவியாகக் காண்கின்றனர்.

அத்தகையவர்களுடைய மனம் காற்றால் அலைக்கழிக்கப்படும் படகைப் போல, புலனின்பப் பொருட்கள் மீது ஆசைக் கொண்டு அலைக்கழிக்கின்றன என்று அறிய வேண்டும்.

ஆகவே, புலனின்பப் பொருட்களின் மீதுள்ள ஆசைகளும், சங்கல்பங்களும் நீங்கினால்தான் ஒருவன் **யோகாரூடன்** எனப்படுவான்.

இயல்பான அறியாமையால், மனிதன் இன்பம் என்பது புறத்திலுள்ள பொருட்களில் இருப்பதாகக் கற்பனை செய்து கொள்கிறான். அது எப்படியென்றால், ஒரு எலும்புத் துண்டைக் கடித்துத் தின்னும் நாயின் வாயிலிருந்து இரத்தம் வருகின்றது. அந்த இரத்தம் அந்த எலும்புத் துண்டிலிருந்து வருவதாக நாய் எண்ணிக் கொள்கின்றது. அதனால், அதை மேலும், மேலும் கடித்து, தன் வாயை தானே புண்ணாக்கிக் கொள்கின்றது.

அதுப்போல, இந்த மனிதன் புறத்திலுருந்து கிடைக்கின்ற இன்பம் தன்னுடைய இன்பம் என்பதாக எண்ணிக் கொள்கிறான். அதுதான் அவனது **அறியாமை** என்கின்றது சாஸ்திரம்.

அதாவது, ஒரு குறிப்பிட்ட பொருள் இன்பம் கொடுக்கிறது என்ற எண்ணமே **சங்கற்பம்** எனப்படும். அந்த குறிப்பிட்ட பொருளானது இன்பம் கொடுக்கும் என்ற பாவனையுடன் அதனை நாடுதல் சங்கற்பம்.

இந்த சங்கற்பமே விதை.

இதிலிருந்துதான் உறுதியான ஆசை கிளை விட்டு எழுகிறது. அத்தகைய பல்வேறு விதமான ஆசைகளால் மனிதன் அலைக் கழிக்கப்படுவதற்குக் காரணம், அவனது சங்கற்பம் என்கின்றது சாஸ்திரம்.

அதனால், அவனுக்கு எப்போதுமே விஷயத்தின் பலனிலேயே மனம் செல்கிறது. இடையறாது, புலனின்பப் பொருட்கள் தரும் பயனையே சிந்தித்துக் கொண்டிருப்பதால், அவனிடத்தில் **விருப்பு, வெறுப்பு** என்ற இருமைகள் வளர்ந்து, மனதின் அமைதியின்மையை அடைகிறான்.

அனைத்துவிதமான சங்கற்பங்களையும், உலகப் பொருட்களின் மீதான பயனைக் குறித்த எண்ணங்களையும் துறந்தவனே **"யோகாரூடன்"** எனப்படுவான்.

அவனுக்கு உலகத்திடமிருந்து எவ்வித எதிர்பார்ப்பும் இல்லை. ஆசைகளும், எதிர்பார்ப்புகளும் அற்ற மனமே அவனது **தூய்மையான மனம்** எனப்படுகின்றது.

அத்தகைய புலனின்பப் பொருட்களின் மீதான சங்கற்பத்தை நீக்கியிருந்தால் மட்டும் போதாது. அவனது செயலிலும் பற்றின்றி இருக்க வேண்டும். அப்படி செயல் புரிந்தாலும், அந்த செயல்கள் அவனை பாதிக்காமல் இருக்க வேண்டும்.

பொதுவாக, ரஜோகுணத்தின் தூண்டுதலால்தான் செயல்செய்யும் மனம் உண்டாகிறது. ஆதலால், ரஜோகுணம் படைத்தவர்களுக்கு செயல் புரியாமல் இருத்தல் என்பது, அவர்களுக்கு கொடுக்கப்படுகின்ற மிகப் பெரிய தண்டனையாகக் கருதுவார்கள்.

ஆனால், ஸத்வ குணம் படைத்தவர்களுக்கோ, அதுவே சாதனையாக இருக்கின்றது. அந்த வகையிலே, **யோகாரூடன்** என்பவன் செயல்களில் பற்றின்றி, புலனின்ப நாட்டங்கள் ஏதுமின்றி, அவற்றை அனுபவிக்க வேண்டும் என்ற சங்கற்பமும் இன்றி இருப்பான்.

அத்தகைய யோகாரூடன் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்பதை பகவான் ஸ்ரீகிருஷ்ணர் பின்வருமாறு கூறுகிறார்.

எவனொருவன் கர்மத்தின் பயனைச் சார்ந்திராமல் செய்ய வேண்டிய கர்மத்தைச் சரியாகச் செய்கிறானோ, அவன் சந்நியாசியும், யோகியும் ஆவான். மேலும், அக்னி காரியங்களை மட்டும் துறப்பவன் சந்நியாசி ஆகமாட்டான். அதுப்போலவே, செயல்களைச் செய்யாமல் துறப்பவனும் யோகி ஆகமாட்டான்.

மேலும், எதை ஸந்யாஸம் என்று கூறுகிறார்களோ, அதையே **யோகம்** என்று அறிந்துக்கொள். ஏனெனில், சங்கற்பங்களைத் துறக்காத எவனும் யோகியாக முடியாது.

யோகத்தைக் கடைப்பிடித்து முன்னேற விரும்புகின்ற சாதகன், அந்தப் பரம்பொருளைச் சதா சிந்தித்திருக்கின்ற நிலைக்கு உட்படுவதற்காக, அந்த பரம் பொருளுடன் இரண்டற இணைந்து இருக்கின்ற யோகத்தை அடைவதற்காக, நிஷ்காமமாகக் கர்மங்களைச் செய்கின்றான் என்றாலும், அவன் **யோகாரூடன்** ஆனபிறகு, எந்தவிதமான சங்கற்பங்களும் இல்லாதிருத்தல்தான் அவனது **மேன்மை** என்று அறிந்துக்கொள்.

எப்பொழுது புலன்களுடைய போகப்பொருட்களில் பற்று கொள்வதில்லையோ, கர்மங்களிலும் பற்று கொள்வதில்லையோ, அப்பொழுது எல்லா சங்கற்பங்களையும் துறந்தவனான அவன் **யோகாரூடன்** என்று அழைக்கப்படுகின்றான்.

ஒருவன் தானே தன்னை இந்த **பிறப்பு - இறப்பு** என்ற சம்சாரக் கடலிலிருந்து கரை சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். அதைவிடுத்து, தன்னைத்தானே வீழ்த்திக் கொள்ளக்கூடாது. ஏனெனில், அவனுக்கு அவன்தான் நண்பன். மேலும், அவனுக்கு அவன்தான் பகைவன்.

ஒருவன் மனம் மற்றும் புலன்களுடன் கூடிய இந்த சூக்கும மற்றும் ஸ்தூல உடல்களை அடக்கி ஆளாமல் இருந்தால், அவன் தனக்குத் தானே பகைவன் என்று அறிந்துக் கொள். இதுவே, அந்த மனம் மற்றும் புலன்களை அடக்கி ஆளத்தெரிந்தவன் தனக்குத் தானே நண்பன் என்பதையும் அறிந்துக் கொள்.

இன்பம் - துன்பம், மானம் - அவமானம் ஆகிய இருமைகளில் எவனுடைய மனநிலை மிகவும் அமைதியாக இருக்கிறதோ, அவனே தன்னை அடக்கி வெற்றி கொண்ட ஞானத்தில் **ஸத் சித் ஆனந்த** மயமான நிலையில் நன்கு நிலைத்து நிற்கிறான். அதாவது, அவனுடைய அறிவில் பரமாத்மாவைத் தவிர வேறொன்றுமே இல்லை.

எவனது உள்ளம் ஞானத்தாலும், விஞ்ஞானத்தாலும் நிறைந்து திருப்தியாக இருக்கிறதோ, எவன் தன் நிலையிலிருந்து எந்தச் சூழ்நிலையிலும் விகாரமின்றி இருக்கிறானோ, எவன் தன் புலன்களை நன்கு அடக்கி வசப்படுத்தி உள்ளானோ, மேலும் எவன் மண், கல், பொன் ஆகியவற்றில் சமபாவனை கொண்டுள்ளானோ, அந்த யோகி பகவானை அடைந்தவன் என்று அழைக்கப்படுகிறான்.

தன்னலங்கருதாது அனைவருக்கும் இதம் செய்பவன், நண்பன், பகைவன், உதாஸீனன் (ஒரு சார்புமற்றவன்), நடுநிலையிலே நிற்பவன் (இரு பிரிவினருக்கும் நன்மையை நாடுபவன்), வெறுக்கத்தக்கவன், உறவினர் ஆகியவர்களிடத்தும் நல்லோர்களிடத்தும், பாவிகளிடத்தும் கூட சமமான பாவனை கொண்டுள்ளவன் மிகவும் சிறந்தவன் ஆகிறான்.

மனம் மற்றும் புலன்களுடன் கூடிய உடலை அடக்கி எதிலும் ஆசையில்லாமல், தனக்கென்று எதையும் சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளாத யோகி, தனி ஒருவனாகத் தனியான இடத்தில் அமர்ந்துக்கொண்டு, ஆன்மாவில் இடைவிடாது இணையவேண்டும்.

தூய்மையான இடத்தில் தர்ப்பை, துணி ஆகிய இவற்றை ஒன்றின்மேல் ஒன்றாக விரித்து, மிக உயரமாக இல்லாமலும், மிகத் தாழ்மையாக இல்லாமலும், தன்னுடைய இருக்கையை அசைவற்றதாக அமைத்துக்கொண்டு, அந்த ஆசனத்தில் அமர்ந்துகொண்டு, மனம் மற்றும் புலன்களின் செயல்களைத் தன்வசத்தில் வைத்துக்கொண்டு, மனத்தை ஒருமுனைப்படுத்தி, உள்ளத் தூய்மைக்காக யோகத்தைப் பயில வேண்டும்.

உடல், தலை, கழுத்து ஆகிய இவைகளை சீராகவும் அசைவற்றதாகவும் வைத்துக் கொண்டு, அசையாமல் ஸ்திரமாக இருந்துகொண்டு, மற்ற திசைகளைப் பாராமல் தன்னுடைய நாசியின் நுனியின்மீது பார்வையை ஒருமுனைப்படுத்தி, பிரம்மசரிய விரதத்தில் நிலைத்து நின்று, அச்சமின்றி நன்கு மன அமைதிபெற்ற, தியான காலத்தில் விழிப்புணர்வோடு கூடிய யோகி, தன் மனத்தை அடக்கி, ஆன்மாவையே மனத்தில் நினைத்தவனாக, அதையே அடையத்தக்க சிறந்த கதியெனக் கொண்டு நிலை பெற்றிருக்க வேண்டும்.

மனத்தைத் தன்வசப்படுத்திய யோகி, அவ்விதம் ஆன்மாவை இடையறாது ஸ்வரூபத்தில் இணைத்துக்கொண்டு, அதனிடம் விளங்குகின்ற பரமானந்தத்தின் பெருநிலையாகிய அமைதியை அடைகிறான்.

இந்த யோகம் மிகுதியாக உண்பவனுக்கும் கைகூடாது. அறவே உண்ணாமல் இருப்பவனுக்கும் கைகூடாது. மிகுதியாக உறங்கும் இயல்பு உடையவனுக்கும் கைகூடாது. எப்பொழுதும் விழித்துக்கொண்டே இருப்பவனுக்கும் கைகூடாது.

துக்கத்தைப் போக்குகின்ற யோகம் அளவோடு உண்டு, நடமாடுகின்றவனுக்கும், கர்மங்களில் உரிய முயற்சி செய்கின்றவனுக்கும், அளவோடு உறங்கி, விழித்து இருப்பவனுக்கும் மட்டுமே கைகூடுகிறது.

முற்றிலும் தன்வசப்படுத்தப்பட்டுள்ள உள்ளம் எப்பொழுது பரமாத்மாவினிடமே நன்கு நிலை பெற்று இருக்கிறதோ, அப்பொழுது அனைத்து போகங்களில் இருந்தும் பற்று நீங்கிய மனிதன் யோகத்தில் முதிர்ந்த நிலை பெற்றவன் என்று அழைக்கப்படுகிறான்.

காற்று வீசாத இடத்தில் இருக்கும் விளக்கின் சுடர் எப்படி அசையாமல் இருக்குமோ, அதே உவமை பரமாத்மாவின் தியானத்தில் ஈடுபடுகின்ற யோகியினுடைய வெற்றி கொள்ளப்பட்ட மனத்திற்கும் உவமையாகச் சொல்லப்பட்டது.

யோகப் பயிற்சியினால் கட்டுண்ட சித்தம் எந்த நிலையில் ஓய்ந்து நிற்கிறதோ, மேலும், எந்த நிலையில் பரமாத்மத் தியானத்தால் தூய்மை பெற்ற நுண்ணிய புத்தியினால் பரமாத்மாவைத் தன்னுள் கண்டு, **ஸத் சித் ஆனந்த** மயமான அதிலேயே மகிழ்ந்து கொண்டிருக்குமோ? அவன் தன் புலன்களுக்கு அப்பாற்பட்ட தூய்மையான நுண்ணிய புத்திக்கு மட்டும் புலப்படும் எந்த முடிவற்ற ஆனந்தம் உண்டோ, அதை எந்த நிலையில் அனுபவிக்கிறானோ, மேலும் அந்த நிலையில் நிலைபெற்று, இந்த யோகி பரமாத்ம ஸ்வரூபத்தில் இருந்து விலகுவதே இல்லையோ அவன் பரமாத்மாவை அடைவதாகிற அந்தப் பேற்றைப் பெற்றதும், அதைக் காட்டிலும் வேறொரு பேற்றை உயர்வானதென்று கருத மாட்டான்.

மேலும், பரமாத்மாவுடன் ஒன்றிவிட்டவன் எந்நிலையிலும் மிகப்பெரிய துயரத்தால்கூட கலங்க மாட்டான். துன்பமயமான **பிறப்பு - இறப்பு** என்ற சம்சாரச் சேர்க்கையில் இருந்து விடுபடுவதும் யோகம் என்ற பெயர் கொண்டதுமான அந்த

இணைதலை அறியவேண்டும். அந்த யோகம் சோர்வற்ற தைரியமும், உற்சாகமும் உள்ள சித்தத்தோடு உறுதியாக ஆற்றப்பட வேண்டும்.

சங்கற்பத்தினால் உண்டாகக் கூடிய எல்லா விருப்பங்களையும் மீதமின்றித் துறந்து, மனத்தினால் புலன்களின் கூட்டத்தை எல்லாப் புறங்களில் இருந்தும் நன்கு அடக்கி, படிப்படியாகப் பயின்று மனத்தை உலகியலில் இருந்து ஒதுங்கச் செய்யவேண்டும்.

உறுதி பூண்ட புத்தியினால் மனத்தைப் பரமாத்மாவிடம் நிலைபெறச்செய்து, பரமாத்மாவைத் தவிர வேறு எதையும் நினையாது இருத்தல் வேண்டும்.

ஆனால், இந்த நிலை இல்லாது அலைந்துக் கொண்டே இருக்கிற மனம் எந்தெந்த புற விஷயங்களின் காரணமாக உலகில் அலைகிறதோ, அந்தந்த விஷயங்களில் இருந்து தடுத்து நிறுத்தி, அதைத் திரும்பத் திரும்ப பரமாத்மாவிடமே நிலைபெறச் செய்ய வேண்டும்.

ஏனெனில், மனம் நன்கு அமைதி அடைந்தவனும், பாவங்கள் அற்றவனும், உலகியல் ஈடுபாடு அடங்கியவனும், **ஸத் சித் ஆனந்த** மயமான பிரம்மத்திலே ஒன்றியவனுமான இந்த யோகியை உயரிய சுகம் (பேரானந்தம்) வந்தடைகிறது.

பாவமற்ற இத்தகைய யோகி இவ்வாறு எப்பொழுதும் இடைவிடாது மனதை பரமாத்மாவிடம் எளிதாக ஈடுபடுத்தி, பரமாத்மாவை அடைவது என்னும் முடிவற்ற நிறைவான ஆனந்தத்தை அனுபவிக்கிறான்.

எங்கும் நிறைந்த சைதன்ய ரூபனான பரமாத்மாவிடம் இரண்டறக் கலந்த நிலை என்னும் யோகத்தோடு கூடிய ஆன்மவானும், எல்லாவற்றிலும் சமநோக்கு உடையவனும் ஆன யோகி, ஆன்மாவை எல்லாச் சராசரங்களிலும் இருப்பதாகவும், மேலும் எல்லாச் சராசரங்களும் ஆன்மாவில் கற்பிக்கப்பட்டு இருப்பதாகவும் காண்கிறான்.

எவன் எல்லாச் சராசரங்களிலும், சீவர்களாகிய எல்லோருக்கும் ஆன்மாவான அறிவே அனைத்திலும் வியாபித்து இருப்பதாகப் பார்க்கிறானோ, எல்லாச் சராசரங்களும் அறிவினாலேயே உதித்து, அதிலேயே அடங்கி இருப்பதாகப் பார்க்கிறானோ, அவனுக்கு ஆன்மா காணப்படாமல் போவதில்லை; அவனும் ஆன்மாவை காணப்படாமல் போவதில்லை;

எவன் ஒன்றிய நிலையில் நிலைபெற்று, அனைத்து சராசரங்களிலும் ஆன்மாவாக விளங்கும் **ஸத் சித் ஆனந்த**மயனான ஈஸ்வரனை வழிபடுகிறானோ, அந்த யோகி எவ்வகையில் செயல்பட்டுக் கொண்டிருந்தாலும், அந்த ஈஸ்வரனிடத்திலேயே செயல்பட்டுக் கொண்டு இருக்கிறான். (ஏனெனில், அவனுடைய அனுபவத்தில் ஈஸ்வரனைத் தவிர வேறொன்றும் இல்லவே இல்லை.)

எந்த யோகி எல்லாச் சராசரங்களையும் தன்னைப் போலவே சமநோக்கில் பார்க்கிறானோ, மேலும் சுகத்தையும், துக்கத்தையும் (எல்லோருடைய சுகங்களையும் துக்கங்களையும்) தன்னுடையவை போன்றதாக சமமாகப் பார்க்கிறானோ, அந்த யோகி உயந்தவனாக மதிக்கப்படுகிறான்.

மனம் சஞ்சலமானதுதான் என்றாலும், அதை வசப்படுத்துவதும் கடினம்தான் என்றாலும், விடாப்பிடியான அப்யாசத்தாலும், வைராக்கியத்தினாலும் மனம் வசப்படுகிறது.

மனத்தை வசப்படுத்த இயலாதவனால் யோகம் அடைய முடியாதது. ஆனால், மனத்தை அடக்கிய, முயற்சியுள்ள மனிதன் பயிற்சியினால் யோகத்தை அடைவது சாத்தியமானது.

முழுமுயற்சியுடன் பயிற்சி செய்யும் யோகியோ பலபிறவிகளிலும் ஏற்பட்ட மனப் பதிவுகளின் வலிமையில் இருந்து விடுபட்டு, இப்பிறவியிலேயே ஸித்தி அடைந்து, அனைத்துப் பாவங்களும் நீங்கப்பெற்று பரிசுத்தனாகி, அக்கணமே உயந்த நிலையை (பரமாத்மாவை) அடைகிறான்.

யோகியானவன் தவம் செய்வோர்களைக் காட்டிலும் மேலானவன். சாஸ்திரங்களை அறிந்தவர்களைக் காட்டிலும் மேலாவனாகக் கருதப்படுகிறான். மேலும், பயனில் ஆர்வம் கொண்டு கர்மங்களைச் செய்பவர்களைக் காட்டிலும் யோகி சிறந்தவன் என்பதினால், யோகி ஆவாயாக.

அனைத்து யோகிகளிலும் எவன் சிரத்தையுடன் ஆன்மாவில் ஈடுபாடு கொண்ட உள்ளத்தால் (மனப்பூர்வமாக) அந்த அறிவையே வழிபடுகிறானோ, அந்த யோகியே மிகவும் உயர்ந்தவனாக மதிக்கப்படுகிறான்.

ஒருவனின் தினசரி கடமைகளான செயல்களெல்லாம் உறக்கத்தில் ஒடுங்குவது போன்று சமாதி நிலையில் நின்று விடுகின்றன. பிறகு சங்கற்பங்கள் எல்லாம் (நமது விருப்பமான எண்ணங்கள், ஆசைகள்) அற்றுப்போகும் இடத்தில், ஆசையில் உதித்த சிந்தனைகள் என்னும் அலைகளின்றி, அலைகளற்ற சமுத்திரத்தைப்போல மனமானது அமைதியாக இருக்கின்றது.

அத்தகைய மனதிற்கு இவ்வுலகம் அல்லது மறு உலகம் பற்றிய கவலை ஏதும் இல்லாமல், பிராணன் போனால் மனிதனின் புலன்கள் எல்லாம் ஒன்றுமில்லாமல் ஒடுங்கி விடுவதைப்போன்று, தனது விருப்பங்கள் ஒழிந்த ஆசையும், கர்மமும் (செயல்கள்) இல்லாமல், அவைகள் அடிபட்டுப் போய் விடுகின்றன.

இவ்வாறு ஒருவன் **யோகாரூடன்** ஆகும்போது, **பிறப்பு - இறப்பு** என்ற சம்சாரத்தில் இருந்து விடுபட்டு, மனதைக் கொண்டு, அந்த அறிவை (ஆன்மாவை) அறிந்து ஆனந்த நிலைக்குப் போகிறான்.

ஓம் தத் ஸத்!

யோகாரூடன்

[ஆன்மாவில் நிலைப்பெற்றவன்]



சுவாமி பிரபஞ்சநாதன்